

## ROTEIRO DE ESTUDO/ATIVIDADES

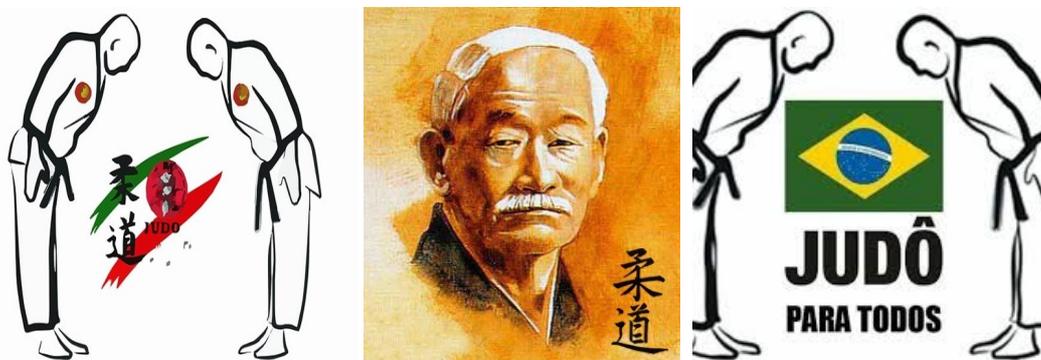
UME: LOURDES ORTIZ

ANO: 9º ANOS A, B, C, D COMPONENTE CURRICULAR:  
EDUCAÇÃO FÍSICA.

PROFESSOR (ES): MARCOS PAULO RAMOS

PERÍODO DE 07/06/2021 a 21/06/2021

TEMA: LUTAS - JUDÔ



**JUDÔ** é uma arte marcial praticada como esporte. Criada por Jigoro Kano em 1882, o **Judô** é uma adaptação do jiu-jítsu, que tem por objetivo desenvolver técnicas de defesa pessoal, fortalecer o corpo, o físico e a mente de forma integrada. Foi considerado esporte oficial no Japão no final do século XIX.

Além de desenvolver técnicas de combate do esporte, o fundador aliou essa arte marcial com a filosofia *ippon-shobu* (luta pelo ponto perfeito).

Para isso, ele desenvolveu oito princípios básicos relacionados com boas ações dos indivíduos:

1. Cortesia, para ser educado no trato com os outros;
2. Coragem, para enfrentar as dificuldades com bravura;
3. Honestidade, para ser verdadeiro em seus pensamentos e ações;

4. Honra, para fazer o que é certo e se manter de acordo com seus princípios;
5. Modéstia, para não agir e pensar de maneira egoísta;
6. Respeito, para conviver harmoniosamente com os outros;
7. Autocontrole, para estar no comando das suas emoções;
8. Amizade, para ser um bom companheiro e amigo.

### **O Judô no Brasil**

No Brasil, essa arte marcial chegou no início do século XX com a imigração japonesa no país. A partir de 1920 algumas academias de judô foram criadas na cidade de São Paulo.

A prática também começou a se espalhar por outros estados do Brasil, no entanto, ela somente foi institucionalizada com a criação da Confederação Brasileira de Judô (CBJ), em 1969.

### **A Criação da Confederação Brasileira de Judô (CBJ)**

A Confederação Brasileira de Judô (CBJ) foi fundada em 18 de março de 1969 no Rio de Janeiro. Sem dúvida, ela permitiu o desenvolvimento do judô no Brasil, administrando, coordenando e organizando a prática.

Atualmente, possui federações nos 27 estados do país e mais de um milhão de praticantes em território brasileiro.

Por conta do trabalho da Confederação e da expansão do esporte no país, o Brasil foi conquistando diversas medalhas e, desde 2012, o judô foi considerado o esporte brasileiro com maior número de medalhas nos jogos olímpicos.

## Campeão Olímpico que representou a Cidade de Santos



**Rogério Sampaio Cardoso** nasceu em Santos, 12 de Setembro de 1967, judoca e campeão olímpico.

Tornou-se conhecido internacionalmente ao ganhar a medalha de ouro no judô nos Jogos Olímpicos de Barcelona em 1992, na categoria meio-leve. Foi à única medalha de ouro individual do Brasil naquela competição - Também foi sua única participação olímpica.

Para chegar à medalha de ouro, Rogério, que lutou com um quimono emprestado e chegou à Barcelona sem nenhum favoritismo ganhou de forma incontestável a sua medalha, usou o lema da Confederação Brasileira de Judô é: "*Preparados para Vencer*".

Depois de Barcelona 1992, ele subiu de categoria (passou para leve -72 kg) e ganhou uma medalha de bronze no Campeonato Mundial de Judô de 1993. Lesões posteriores atrapalharam sua carreira. Aposentou-se do esporte competitivo em 1998.

Atualmente é blogueiro, comentarista de judô e continua a dar aulas em sua academia, em Santos.

Responda as questões abaixo:

1. O judô desenvolve o quê?
  - (A) Técnica para se armar
  - (B) Técnica de combatente
  - (C) Técnica de defesa pessoal

2. Qual o significado da palavra judô?

- (A) Ju (suave) do (caminho)
- (B) Arte marcial
- (C) Esporte competitivo.

3. Esta imagem simboliza o que no judô?



- (A) Só serve para iniciar a luta
- (B) Ritual como obediência ao mestre
- (C) Simboliza a saudação que é regida pela cortesia, respeito e amabilidade.

4. Quem é o criador no judô?

- (A) Mestre Cláudio Kano
- (B) Mestre Jigoro Kano
- (C) Mestre Zizinho.

5. Qual a importância da medalha de ouro conquistada por Rogério Sampaio Cardoso nos Jogos Olímpicos de 1992?

Esta atividade deverá ser feita no caderno. Não precisa copiar o texto. Responda as questões, IDENTIFIQUE-SE COM SEU NOME COMPLETO E A SUA SÉRIE e depois tire uma foto das atividades para enviar para o meu e-mail: [marcos16243300889@educa.santos.sp.gov.br](mailto:marcos16243300889@educa.santos.sp.gov.br) OU POSTAR A ATIVIDADE NA SALA DE AULA DO GOOGLE CLASSROOM – LOURDES ORTIZ – EDUCAÇÃO FÍSICA.

Data limite para entrega: 21/06/2021.

Atividade vale nota: SIM.

**Sites para aprofundamentos:**

<https://www.todamateria.com.br/judo/>

[https://pt.wikipedia.org/wiki/Rog%C3%A9rio\\_Sampaio](https://pt.wikipedia.org/wiki/Rog%C3%A9rio_Sampaio)

<https://cbj.com.br/noticias/6262/ouro-olimpico-de-rogerio-sampaio-completa-25-anos-nesta-terca.html>